УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

30.11.2026 (Меню 1-4 класс (летне-осенний), 2пн)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 35 | Бутерброд с сыром | Калорийность-123, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-7, Магний-10 | = |
| 220 | Каша рисовая вязкая | Калорийность-260, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-41, ВитаминА-45, ВитаминС-2, Магний-41 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| 120 | Фрукты свежие | Калорийность-53, Углеводы-12, ВитаминС-8, Магний-11 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-520, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-79, ВитаминА-45, ВитаминС-10, Магний-69 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9 | = |
| 200/5 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18 | = |
| 90 | Биточки из говядины | Калорийность-230, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-14, ВитаминА-4, Магний-23 | = |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-774, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-83, ВитаминА-28, ВитаминС-19, Магний-176 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 294, Белки-44, Жиры-44, Углеводы-162, ВитаминА-73, ВитаминС-29, Магний-245 | 165-48 |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

01.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2вт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | *Завтрак* | | |
| 90 | Тефтели из говядины (паровые) | Калорийность-156, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-8, ВитаминС-1, Магний-17 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-30, ВитаминА-34, Магний-9 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-557, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-77, ВитаминА-53, ВитаминС-2, Магний-57 | = |
| | *Обед* | | |
| 60 | Салат из соленых огурцов с луком | Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1 | = |
| 200/5 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18 | = |
| 210 | Плов из отварной птицы | Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-743, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-82, ВитаминА-82, ВитаминС-17, Магний-93 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 300, Белки-53, Жиры-50, Углеводы-159, ВитаминА-135, ВитаминС-19, Магний-150 | 165-48 |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

02.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2ср)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 40 | Яйца вареные | Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5 | = |
| 200 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая | Калорийность-202, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-26, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-49 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 40 | Печенье | Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-540, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-80, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-70 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Кукуруза отварная | Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-37, Магний-38 | = |
| 200/5 | Рассольник ленинградский со сметаной | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21 | = |
| 90 | Шницель рыбный натуральный | Калорийность-102, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, ВитаминА-18, ВитаминС-3, Магний-32 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-750, Белки-31, Жиры-15, Углеводы-119, ВитаминА-48, ВитаминС-93, Магний-144 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 290, Белки-47, Жиры-32, Углеводы-199, ВитаминА-91, ВитаминС-95, Магний-214 | 165-48 |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

03.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2чт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 160 | Запеканка из творога | Калорийность-453, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-41 | = |
| 30 | Молоко сгущенное | Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Магний-10 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 80 | Сдоба обыкновенная | Калорийность-198, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-38, ВитаминА-14, Магний-9 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-877, Белки-36, Жиры-32, Углеводы-109, ВитаминА-17, ВитаминС-1, Магний-64 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Салат из свеклы отварной | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200/10 | Суп картофельный с бобовыми/ гренки из пшеничного хлеба | Калорийность-119, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-7, Магний-22 | = |
| 90 | Котлеты "Школьные" | Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 150 | Капуста тушеная | Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминА-26, ВитаминС-21, Магний-34 | = |
| 200 | Компот из апельсинов с яблоками | Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-22, ВитаминС-12, Магний-8 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-727, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-102, ВитаминА-48, ВитаминС-44, Магний-119 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 604, Белки-63, Жиры-53, Углеводы-211, ВитаминА-65, ВитаминС-45, Магний-183 | **165-48** |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

04.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2пт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 60 | Овощи консервированные порциями (огурцы) | Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8 | = |
| 200 | Рагу из птицы | Калорийность-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18, ВитаминС-12, Магний-45 | = |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-507, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-58, ВитаминА-19, ВитаминС-15, Магний-93 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Салат из квашеной капусты с яблоками | Калорийность-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, ВитаминС-9, Магний-7 | = |
| 200/5 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21 | = |
| 120 | Тефтели из говядины в молочном соусе | Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8 | = |
| 200 | Компот из ягод замороженных | Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-17, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-711, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-95, ВитаминС-35, Магний-85 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 218, Белки-49, Жиры-44, Углеводы-153, ВитаминА-19, ВитаминС-50, Магний-178 | 165-48 |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

07.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1пн)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 40 | Бутерброды с повидлом | Калорийность-121, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20, ВитаминА-20, Магний-4 | = |
| 220 | Каша "Дружба" | Калорийность-211, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-34 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 100 | Фрукты свежие | Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-9 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-510, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-90, ВитаминА-63, ВитаминС-9, Магний-58 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19 | = |
| 120 | Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе | Калорийность-216, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-9, Магний-16 | = |
| 150 | Рис припущенный | Калорийность-177, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29, ВитаминА-26, Магний-18 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-760, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-103, ВитаминА-26, ВитаминС-11, Магний-94 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 270, Белки-35, Жиры-37, Углеводы-193, ВитаминА-89, ВитаминС-20, Магний-152 | **165-48** |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

08.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1вт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 90 | Котлеты "Школьные" | Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-523, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-55, ВитаминА-46, ВитаминС-1, Магний-130 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Салат из квашеной капусты с луком | Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-11, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с бобовыми | Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20 | = |
| 210 | Плов из отварной птицы | Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-730, Белки-28, Жиры-31, Углеводы-83, ВитаминА-85, ВитаминС-19, Магний-84 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 253, Белки-51, Жиры-47, Углеводы-138, ВитаминА-131, ВитаминС-20, Магний-214 | 165-48 |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кумумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

09.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1ср)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | *Завтрак* | | |
| 60 | Овощи консервированные отварные (зеленый горошек) | Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11 | = |
| 160 | Омлет натуральный | Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20 | = |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-505, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-53, ВитаминА-308, ВитаминС-2, Магний-78 | = |
| | *Обед* | | |
| 60 | Кукуруза отварная | Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-37, Магний-38 | = |
| 200/5 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Калорийность-69, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-6, Магний-21, ВитаминА-5 | = |
| 90 | Котлеты "Пермские" | Калорийность-154, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминС-1, Магний-17 | = |
| 150 | Капуста тушеная | Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминА-26, ВитаминС-21, Магний-34 | = |
| 200 | Сок фруктовый | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-778, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-117, ВитаминА-26, ВитаминС-33, Магний-143 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 283, Белки-53, Жиры-42, Углеводы-170, ВитаминА-334, ВитаминС-35, Магний-221 | *165-48* |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

10.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1чт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 20 | Сыр сычужный твердый порциями | Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-10 | = |
| 200 | Каша пшенная молочная жидкая | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Печенье | Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-617, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-93, ВитаминА-56, ВитаминС-2, Магний-74 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Салат из свеклы отварной | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200/5 | Рассольник ленинградский со сметаной | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21 | = |
| 110 | Печень говяжья по-строгановски | Калорийность-237, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-6, ВитаминА-7 992, ВитаминС-11, Магний-19 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Компот из яблок с лимоном | Калорийность-60, Углеводы-14, ВитаминС-3, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-721, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-80, ВитаминА-8 022, ВитаминС-27, Магний-107 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 338, Белки-50, Жиры-49, Углеводы-173, ВитаминА-8 078, ВитаминС-29, Магний-181 | ***165-48*** |

Ген. директор М.А. Паева

Заведующая столовой Кутумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

*УТВЕРЖДАЮ*

*Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"*

*СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»*

_____ *Е.В. Эйхгорн*

*11.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1пт)*

# *Меню с 7-11 лет ОВЗ*

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | ***Завтрак*** | | |
| *90* | ***Биточки рыбные*** | Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21 | = |
| *150* | ***Рис отварной*** | Калорийность-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34, Магний-23 | = |
| *200* | ***Чай каркаде*** | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| *30* | ***Хлеб ржаной*** | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| *40* | ***Хлеб пшеничный*** | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-509, Белки-22, Жиры-8, Углеводы-87, ВитаминА-3, Магний-64 | = |
| | ***Обед*** | | |
| *60* | ***Овощи консервированные порциями (огурцы)*** | Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8 | = |
| *200/5* | ***Суп из овощей со сметаной*** | Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, ВитаминС-7, Магний-17 | = |
| *90* | ***Кнели из птицы с рисом*** | Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20 | = |
| *150* | ***Макароны отварные с овощами*** | Калорийность-156, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26, ВитаминА-25, ВитаминС-3, Магний-18 | = |
| *200* | ***Напиток из шиповника*** | Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3 | = |
| *40* | ***Хлеб ржаной*** | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| *40* | ***Хлеб пшеничный*** | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-719, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-91, ВитаминА-101, ВитаминС-93, Магний-91 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 228, Белки-50, Жиры-34, Углеводы-178, ВитаминА-104, ВитаминС-93, Магний-155 | *165-48* |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

14.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2пн)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 35 | Бутерброд с сыром | Калорийность-121, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-7, ВитаминА-52, Магний-11 | = |
| 220 | Каша "Дружба" | Калорийность-211, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-34 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 100 | Фрукты свежие | Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-9 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-510, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-77, ВитаминА-95, ВитаминС-9, Магний-65 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19 | = |
| 90 | Фрикадельки из говядины паровые | Калорийность-177, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-6, Магний-15 | = |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89 | = |
| 200 | Сок фруктовый | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-742, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-86, ВитаминА-24, ВитаминС-16, Магний-160 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 252, Белки-41, Жиры-39, Углеводы-163, ВитаминА-119, ВитаминС-25, Магний-225 | 165-48 |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

15.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2вт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 90 | Тефтели из говядины (паровые) | Калорийность-156, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-8, ВитаминС-1, Магний-17 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-30, ВитаминА-34, Магний-9 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-557, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-77, ВитаминА-53, ВитаминС-2, Магний-57 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Салат из соленых огурцов с луком | Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1 | = |
| 200/5 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18 | = |
| 210 | Плов из отварной птицы | Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-743, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-82, ВитаминА-82, ВитаминС-17, Магний-93 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 300, Белки-53, Жиры-50, Углеводы-159, ВитаминА-135, ВитаминС-19, Магний-150 | 165-48 |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

16.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2ср)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 40 | Яйца вареные | Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5 | = |
| 200 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая | Калорийность-202, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-26, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-49 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 40 | Печенье | Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-540, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-80, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-70 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Кукуруза отварная | Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-37, Магний-38 | = |
| 200/5 | Рассольник ленинградский со сметаной | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21 | = |
| 90 | Шницель рыбный натуральный | Калорийность-102, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, ВитаминА-18, ВитаминС-3, Магний-32 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-750, Белки-31, Жиры-15, Углеводы-119, ВитаминА-48, ВитаминС-93, Магний-144 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 290, Белки-47, Жиры-32, Углеводы-199, ВитаминА-91, ВитаминС-95, Магний-214 | 165-48 |

Ген.директор _____ М.А. Паева

Заведующая столовой _____ Куртмова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

17.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2чт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | *Завтрак* | | |
| 160 | Запеканка из творога | Калорийность-453, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-41 | = |
| 30 | Молоко сгущенное | Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Магний-10 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 80 | Сдоба обыкновенная | Калорийность-198, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-38, ВитаминА-14, Магний-9 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-877, Белки-36, Жиры-32, Углеводы-109, ВитаминА-17, ВитаминС-1, Магний-64 | = |
| | *Обед* | | |
| 60 | Салат из свеклы отварной | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200/10 | Суп картофельный с бобовыми/ гренки из пшеничного хлеба | Калорийность-119, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-7, Магний-22 | = |
| 90 | Котлеты "Школьные" | Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 150 | Капуста тушеная | Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминА-26, ВитаминС-21, Магний-34 | = |
| 200 | Компот из апельсинов с яблоками | Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-22, ВитаминС-12, Магний-8 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-727, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-102, ВитаминА-48, ВитаминС-44, Магний-119 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 604, Белки-63, Жиры-53, Углеводы-211, ВитаминА-65, ВитаминС-45, Магний-183 | 165-48 |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

18.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2пт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | *Завтрак* | | |
| 60 | Овощи консервированные порциями (огурцы) | Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8 | = |
| 200 | Рагу из птицы | Калорийность-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18, ВитаминС-12, Магний-45 | = |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-507, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-58, ВитаминА-19, ВитаминС-15, Магний-93 | = |
| | *Обед* | | |
| 60 | Салат из квашеной капусты с яблоками | Калорийность-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, ВитаминС-9, Магний-7 | = |
| 200/5 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21 | = |
| 120 | Тефтели из говядины в молочном соусе | Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8 | = |
| 200 | Компот из ягод замороженных | Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-17, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-711, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-95, ВитаминС-35, Магний-85 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 218, Белки-49, Жиры-44, Углеводы-153, ВитаминА-19, ВитаминС-50, Магний-178 | *165-48* |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кулумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

21.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1пн)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 40 | Бутерброды с повидлом | Калорийность-121, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20, ВитаминА-20, Магний-4 | = |
| 220 | Каша "Дружба" | Калорийность-211, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-34 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 100 | Фрукты свежие | Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-9 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-510, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-90, ВитаминА-63, ВитаминС-9, Магний-58 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19 | = |
| 120 | Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе | Калорийность-216, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-9, Магний-16 | = |
| 150 | Рис припущенный | Калорийность-177, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29, ВитаминА-26, Магний-18 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-760, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-103, ВитаминА-26, ВитаминС-11, Магний-94 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 270, Белки-35, Жиры-37, Углеводы-193, ВитаминА-89, ВитаминС-20, Магний-152 | **165-48** |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

22.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1вт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | *Завтрак* | | |
| 90 | Котлеты "Школьные" | Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-523, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-55, ВитаминА-46, ВитаминС-1, Магний-130 | = |
| | *Обед* | | |
| 60 | Салат из квашеной капусты с луком | Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-11, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с бобовыми | Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20 | = |
| 210 | Плов из отварной птицы | Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-730, Белки-28, Жиры-31, Углеводы-83, ВитаминА-85, ВитаминС-19, Магний-84 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 253, Белки-51, Жиры-47, Углеводы-138, ВитаминА-131, ВитаминС-20, Магний-214 | *165-48* |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

23.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1ср)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | *Завтрак* | | |
| 60 | Овощи консервированные отварные (зеленый горошек) | Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11 | = |
| 160 | Омлет натуральный | Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20 | = |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-505, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-53, ВитаминА-308, ВитаминС-2, Магний-78 | = |
| | *Обед* | | |
| 60 | Кукуруза отварная | Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-37, Магний-38 | = |
| 200/5 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Калорийность-69, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-6, Магний-21, ВитаминА-5 | = |
| 90 | Котлеты "Пермские" | Калорийность-154, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминС-1, Магний-17 | = |
| 150 | Капуста тушеная | Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминА-26, ВитаминС-21, Магний-34 | = |
| 200 | Сок фруктовый | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-778, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-117, ВитаминА-26, ВитаминС-33, Магний-143 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 283, Белки-53, Жиры-42, Углеводы-170, ВитаминА-334, ВитаминС-35, Магний-221 | *165-48* |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

24.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1чт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | *Завтрак* | | |
| 20 | Сыр сычужный твердый порциями | Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-10 | = |
| 200 | Каша пшенная молочная жидкая | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Печенье | Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-617, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-93, ВитаминА-56, ВитаминС-2, Магний-74 | = |
| | *Обед* | | |
| 60 | Салат из свеклы отварной | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200/5 | Рассольник ленинградский со сметаной | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21 | = |
| 110 | Печень говяжья по-строгановски | Калорийность-237, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-6, ВитаминА-7 992, ВитаминС-11, Магний-19 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Компот из яблок с лимоном | Калорийность-60, Углеводы-14, ВитаминС-3, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-721, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-80, ВитаминА-8 022, ВитаминС-27, Магний-107 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 338, Белки-50, Жиры-49, Углеводы-173, ВитаминА-8 078, ВитаминС-29, Магний-181 | **165-48** |

Ген.директор _____ М.А.Паева

Заведующая столовой _____ Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог _____ Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

25.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 1пт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | *Завтрак* | | |
| 90 | Биточки рыбные | Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21 | = |
| 150 | Рис отварной | Калорийность-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34, Магний-23 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-509, Белки-22, Жиры-8, Углеводы-87, ВитаминА-3, Магний-64 | = |
| | *Обед* | | |
| 60 | Овощи консервированные порциями (огурцы) | Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8 | = |
| 200/5 | Суп из овощей со сметаной | Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, ВитаминС-7, Магний-17 | = |
| 90 | Кнели из птицы с рисом | Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20 | = |
| 150 | Макароны отварные с овощами | Калорийность-156, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26, ВитаминА-25, ВитаминС-3, Магний-18 | = |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-719, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-91, ВитаминА-101, ВитаминС-93, Магний-91 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 228, Белки-50, Жиры-34, Углеводы-178, ВитаминА-104, ВитаминС-93, Магний-155 | 165-48 |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

28.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2пн)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 35 | Бутерброд с сыром | Калорийность-121, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-7, ВитаминА-52, Магний-11 | = |
| 220 | Каша "Дружба" | Калорийность-211, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-34 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 100 | Фрукты свежие | Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-9 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-510, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-77, ВитаминА-95, ВитаминС-9, Магний-65 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19 | = |
| 90 | Фрикадельки из говядины паровые | Калорийность-177, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-6, Магний-15 | = |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89 | = |
| 200 | Сок фруктовый | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-742, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-86, ВитаминА-24, ВитаминС-16, Магний-160 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 252, Белки-41, Жиры-39, Углеводы-163, ВитаминА-119, ВитаминС-25, Магний-225 | 165-48 |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

29.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2вт)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | *Завтрак* | | |
| 90 | Тефтели из говядины (паровые) | Калорийность-156, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-8, ВитаминС-1, Магний-17 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-30, ВитаминА-34, Магний-9 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-557, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-77, ВитаминА-53, ВитаминС-2, Магний-57 | = |
| | *Обед* | | |
| 60 | Салат из соленых огурцов с луком | Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1 | = |
| 200/5 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18 | = |
| 210 | Плов из отварной птицы | Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-743, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-82, ВитаминА-82, ВитаминС-17, Магний-93 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 300, Белки-53, Жиры-50, Углеводы-159, ВитаминА-135, ВитаминС-19, Магний-150 | *165-48* |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа "Интеграция"
СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

_____ Е.В. Эйхгорн

30.12.2026 (Н.школа 1-4 класс (зимне-весенний), 2ср)

# Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | |
| 40 | Яйца вареные | Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5 | = |
| 200 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая | Калорийность-202, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-26, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-49 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 40 | Печенье | Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| | **Итого за Завтрак** | Калорийность-540, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-80, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-70 | = |
| | **Обед** | | |
| 60 | Кукуруза отварная | Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-37, Магний-38 | = |
| 200/5 | Рассольник ленинградский со сметаной | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21 | = |
| 90 | Шницель рыбный натуральный | Калорийность-102, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, ВитаминА-18, ВитаминС-3, Магний-32 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| | **Итого за Обед** | Калорийность-750, Белки-31, Жиры-15, Углеводы-119, ВитаминА-48, ВитаминС-93, Магний-144 | = |
| | **Итого за день** | Калорийность-1 290, Белки-47, Жиры-32, Углеводы-199, ВитаминА-91, ВитаминС-95, Магний-214 | 165-48 |

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая столовой Кулумова Н.Х.

Инженер-технолог Халиуллина С.П.